

## СИМПТОМЫ УПОТРЕБЛЕНИЯ ПОДРОСТКАМИ НАРКОТИЧЕСКИХ ВЕЩЕСТВ

Определить, употребляет ваш ребенок наркотики или нет, сложно, особенно если ребенок сделал это в первый раз или употребляет наркотики периодически. Важно сделать правильные выводы и учитывать, что некоторые признаки могут появляться совершенно по другой причине. И все же стоит насторожиться, если проявляются:

### **Физиологические признаки:**

- бледность или покраснение кожи
- расширенные или суженные зрачки, покрасневшие или мутные глаза
- несвязная, замедленная или ускоренная речь
- потеря аппетита, похудение или чрезмерное употребление пищи
- хронический кашель
- плохая координация движений (пошатывание или спотыкание)
- резкие скачки артериального давления
- расстройство желудочно-кишечного тракта

### **Поведенческие признаки:**

- беспричинное возбуждение, вялость
- нарастающее безразличие ко всему, ухудшение памяти и внимания
- уходы из дома, прогулы в школе по непонятным причинам
- трудности в сосредоточении на чем-то конкретном
- бессонница или сонливость
- болезненная реакция на критику, частая и резкая смена настроения
- избегание общения с людьми, с которыми раньше были близки
- снижение успеваемости в школе
- постоянные просьбы дать денег
- пропажа из дома ценностей;
- частые телефонные звонки, использование жаргона, секретные разговоры
- самоизоляция, уход от участия в делах, которые раньше были интересны
- частое вранье, изворотливость, лживость
- уход от ответов на прямые вопросы, склонность сочинять небылицы
- неопрятность внешнего вида.

### **Очевидные признаки:**

- следы от уколов (особенно на венах), порезы, синяки
- бумажки и денежные купюры, свернутые в трубочки
- закопченные ложки, фольга
- капсулы, пузырьки, жестяные банки• пачки лекарств снотворного или успокоительного действия
- папиросы в пачках из-под сигарет

## **Что делать, если это произошло — Ваш ребенок употребляет наркотики?**

Соберите максимум информации. Вот три направления, по которым вам нужно выяснить всё как можно точнее, полнее:

- всё о приеме наркотиков вашим ребёнком: что принимал, сколько, как часто, с какими последствиями, степень тяги, осознание или неосознание опасности;

- всё о том обществе или компании, где ребенок оказался втянутым в наркотики;

- всё о том, где можно получить совет, консультацию, помощь, поддержку. **Ни в каком случае не ругайте, не угрожайте, не бейте.**

Беда, которая стала горем для вас и всей семьи, поправима. Но исправить ситуацию можно, только если вы отнесетесь к ней спокойно и обдуманно, так же, как вы раньше относились к другим неприятностям.

Меньше говорите — больше делайте. Беседы, которые имеют нравоучительный характер, содержат угрозы, обещания "посадить" ребенка, "сдать" его в больницу, быстро становятся для него привычными, вырабатывают безразличие к своему поведению.

Не допускайте самолечения. Категорически сопротивляйтесь, если подросток захочет заниматься самолечением, используя для этого медикаменты, рекомендованные кем-то из его окружения.

Если вы предполагаете, что ребенок систематически употребляет алкоголь, наркотики, нужно, не теряя времени, обратиться к психиатру-наркологу.

Не усугубляйте ситуацию криком и угрозами. Берегите собственные силы, они вам еще пригодятся. Тем более, что выплеском эмоций добиться чего-то будет сложно. Представьте себе, как вы бы себя вели, заболел ваш ребенок другой тяжелой болезнью. В такой ситуации ведь никому не придет в голову унижать и оскорблять его только за то, что он болен. Не считайте, что сын или дочь стали наркоманами только из-за собственной распущенности, корни болезни могут находиться намного глубже. Если состояние здоровья или поведение ребенка доказывают, что он принимает наркотики регулярно, значит, пришло время решительных действий.